Protosinghel PETRONIU TĂNASE

UŞILE POCĂINŢEI

meditaţii duhovniceşti la vremea Triodului

Tipărită cu binecuvântarea

I.P.S. DANIEL

Mitropolitul Moldovei şi Bucovinei

TR1NITAS

EDITURA MITROPOLIEI MOLDOVEI ŞI BUCOVINEI

IAŞI - 1994

L

SFÂNTUL ȘI MARELE POST

DOAMNE ȘI STĂPÂNUL VIEȚII MELE...

Legată de vremea Postului Mare, rugăciunea Sf. Efrem Sirul este o rugăciune scurtă, simplă, dar plină de putere și bogăție duhovnicească, cum numai marele Părinte Efrem Sirul, "alăuta Duhului Sfânt", putea să o alcătuiască.

Tipicul prevede să fie rostită având ochii trupești și mâinile ridicate în sus, cu ochii minții înălțați către Dumnezeu, cu umilință și cu lacrimi și cu frică de Dumnezeu, însoțită de metanii și închinăciuni, după rânduiala cunoscută.

Rostită astfel, cu înțelegere și simțire, ea preface și înnoiește întreaga viață sufletească. Stăruind asupra cuprinsului ei, vom descoperi o întreagă teologie a pocăinței, încât cu dreptate această rugăciune este numită Rugăciunea pocăinței.

Rugăciunea se rostește la toate cele șapte laude: Vecernie, Pavecerniță, Miezonoptică, Utrenie, Ceasuri și Obedniță, în total de nouă ori în curgerea unei zile și de opt ori când se săvârșește Liturghia Darurilor înainte sfințite, întrucât rămâne partea de Vecernie la care se rostește de obicei rugăciunea. Numărul opt și nouă, de câte ori se zice rugăciunea, ne duce cu mintea la cele nouă cete îngerești și la veacul viitor, simbolizat prin numărul opt, vrând

parcă să ne spună că numai pocăința ne poate învrednici de viața fericită a vieții veșnice și de traiul împreună cu îngerii.

Rugăciunea are trei părți bine deosebite: în prima parte, ne rugăm lui Dumnezeu: "*Doamne și Stăpânul vieții mele! Duhul trândăviei, al grijii de multe, al iubirii de stăpânire și al grăbii în deșert nu mi-1 da mie";* în partea a doua: *"Iar duhul curăției, al gândului smerit, al răbdării și al dragostei, dăruiește-mi-l mie, slugii Tale"* și încheiem: *"Așa, Doamne, dăruiește-mi ca să-mi văd păcatele mele și să nu osândesc pe fratele meu, că binecuvântat ești, în vecii vecilor, Amin!".* Pe de o parte ne rugăm se ne ferească Dumnezeu de patru duhuri rele, de patru patimi; iar pe de alta, cerem să ne dăruiască patru duhuri bune, patru virtuți.

Observăm că Sf. Efrem, înșirând cele două serii de patimi și de virtuți, le numește pe toate deopotrivă "duhuri": duhul trândăviei, duhul curăției... Cum să înțelegem oare aici cuvântul duh?

În privința duhurilor rele, lucrul este simplu. Izvorul a toată răutatea este duhul răutății, care **"umblă ca un leu căutând pe cine să înghită"** (I Pt. 5, 8) și lupta noastră trebuie să o ducem împotriva **"duhurilor răutății din văzduh"** (Ef. 6, 12). Patimile care înrobesc pe om nu sunt altceva decât semnul înfrângerii omului în lupta sa cu aceste puteri vrăjmașe. De aceea, Sfinții Părinți obișnuiesc să numească "duh" nu numai pe duhul răutății, pe diavolul, ci și lucrarea lui, zicând deopotrivă: *"duhul trândăviei", "dracul trândăviei"* și *"duhul lăcomiei"* și *"dracul lăcomiei"* etc. Acest fel de a vorbi al Părinților este mai cuprinzător și ne ajută să înțelegem mai deplin cum stau lucrurile. O "patimă" este mai mult decât o îmbolnăvire a sufletului, este căderea în robia unei puteri vrăjmașe, care ne stăpânește cu silnicie, ne luptă neîntrerupt, urmărindu-ne moartea veșnică. În dosul fiecărei patimi se ascunde puterea vrăjmașă a diavolului.

Dar de ce, în prima parte a rugăciunii, rugăm pe Dumnezeu să nu ne dea cele patru duhuri rele? Oare Dumnezeu ne dă trândăvia, mânia, patimile? Firește că nu! Uneltirile drăcești sunt pline de

viclenie și puterea lui nespus de mare și nimeni n-ar putea scăpa de ele, dacă Dumnezeu nu le-ar îngrădi, neîngăduindu-i să războiască pe om mai presus de puterile sale. De aceea când zicem: *"Duhul trândăviei, al grijirii de multe... nu mi-1 da mie"*, ne rugăm lui Dumnezeu să nu ne lase să cădem în robia patimii trândăviei, să nu lase pe dracul trândăviei să ne stăpânească.

Dacă prin duhurile patimilor înțelegem pe draci, atunci prin duhurile virtuților: al curăției, al smereniei, trebuie să înțelegem pe duhurile cele bune, pe îngeri? Este adevărat că și îngerii necontenit ne ajută la săvârșirea binelui, dacă nu-i îndepărtăm cu păcatele, precum auzim la Utrenia din lunea brânzei: *"îngerii, păzitorii vieții noastre stau mai aproape de cei ce se curăță cu postul".* Totuși, Sfinții Părinții, când este vorba de virtuți, nu vorbesc niciodată ca în cazul patimilor; nu zic adică "îngerul curăției", "îngerul smereniei" etc., cum zic dincolo: "dracul lăcomiei", "dracul mândriei". Deci cele patru duhuri bune nu sunt îngeri, ci altceva.

Știm că la Sf. Botez omul se leapădă de satana și se îmbracă cu Hristos; se face lăcaș al Duhului Sfânt și primește putere să se facă fiu al lui Dumnezeu (Ioan l, 12). Are întru sine semințele tuturor virtuților, "darurile botezului", ale Mirungerii și omului nu-i mai rămâne decât să dea lucrarea cea din afară, prin împlinirea Poruncilor, ca să crească omul cel nou născut din Sf. Botez.

De aceea, Sfinții Părinți zic despre viața duhovnicească că este o desfășurare a acestor puteri, o *"actualizare a darurilor Botezului și Mirungerii".* Virtuțile deci fiind lucrarea Sfântului Duh din om, sunt numite și ele "duhuri", ca și izvorul din care curg. Așa numește și prorocul Isaia darurile Sfântului Duh zicând: **"Duhul înțelepciunii, duhul înțelegerii, duhul sfatului..."** (Is. 11,2-3). Deci cele patru duhuri bune: duhul curăției, al smereniei și celelalte, nu sunt îngeri, ci daruri ale Sfântului Duh și ne rugăm lui Dumnezeu ca ele să nu rămână nelucrătoare.

O simplă privire asupra celor două șiruri de "duhuri" ne ajută să înțelegem un lucru foarte însemnat pentru viața duhovnicească:

duhurile răutății se afla în afară de noi, deci și răul este în afară; duhurile virtuților, darurile Sfântului Duh sunt în noi, izvorul binelui este înlăuntrul nostru. Spre rău ne îndeamnă niște puteri străine de noi; spre bine, avem puteri proprii, puterea dumnezeiască din noi. Deci este mai ușor a face binele decât răul. De aici și marea răspundere pe care o are omul înaintea lui Dumnezeu și osânda grea pentru săvârșirea răului.

Cu rost a pus Sf. Efrem mai întâi duhurile răutății și în al doilea rând duhurile virtuților: nu putem lucra virtutea, dacă nu ne-am curățit mai întâi de patimi.

Vorbind despre patimi, Sfinții Părinți Efrem Sirul, Ioan Scărarul, Maxim Mărturisitorul, Ioan Damaschin și mulți alții arată că numărul lor este foarte mare. Că în fruntea lor stă iubirea de sine; că neștiința, uitarea și nepăsarea sunt proptelele tuturor patimilor; că din acestea curg cele șapte patimi capitale din care se resfiră apele mocirloase și otrăvite ale tuturor celorlalte patimi. Este firesc deci să ne întrebăm, de ce din această mare mulțime, Sf. Efrem a ales numai patru patimi și de ce anume pe acestea, mai ales că ele nu se aflǎ printre cele mai vătămătoare. Răspunsul la această nedumerire îl vom avea după ce ne vom opri în scurt la fiecare din cele patru duhuri ale răutății.

Duhul trândăviei. Făcut după Chipul lui Dumnezeu și menit să ajungă asemenea lui Dumnezeu, omul este chemat pentru lucrare de la început, când a fost pus în Eden ca "să-1 lucreze și să-1 păzească" (Fac. 2, 15). După izgonirea din Rai, lucrarea omului este îndreptată îndeosebi spre agonisirea celor trebuitoare vieții: hrană, îmbrăcăminte, locuință. Fără de acestea nu poate trăi; de nevoie trebuie să lucreze, nu poate trăi în lenevire. Deci nu de această trândăvie se roagă Sf. Efrem să fie izbăvit, ci de trândăvia mult mai vătămătoare a nelucrării poruncilor lui Dumnezeu; lucrarea acestora, precum am mai spus, fiind condiția creșterii omului celui nou, născut din Sf. Botez, a dobândirii asemănării cu Dumnezeu. Prin pilda talanților, Mântuitorul ne învață că puterile Sfântului Duh,

care sălășluiesc în om sunt foarte mari (un talant cântărea peste 40 kg) și pot duce pe om la cea mai înaltă desăvârșire; și dacă nu toți ajung la aceeași măsură sau nu ajung deloc, se datorește trândăviei omului. Aceasta este direct potrivnică dezvoltării omului duhovnicesc, este refuzul propriei sale creșteri, închircirea în nedesăvârșire. Lumea întotdeauna a osândit pe leneș. Solomon îl trimite să ia pildă de la harnica furnică (Pilde 6, 6), iar Apostolul poruncește ca **"cine nu muncește nici să nu mănânce"** (II Tes. 3, 10). De aceea și Sf. Efrem pune trândăvia în fruntea celor patru duhuri pătimașe, ca una care este piedică a toată fapta bună și potrivnică celei mai înalte chemări a omului.

Duhul grijirii de multe, spun Sfinții Părinți, este semnul împătimiții de cele materiale, cleiul care ne ține lipiți de cele pământești. El este strâns legat și urmează duhului trândăviei, în adevăr, negrijindu-se de lucrarea duhovnicească, omul își caută o mincinoasă împlinire, risipindu-se în cele din afară, în grija de multe, în grija de cele viitoare, cum să-și agonisească cele plăcute și cum să scape de cele dureroase: căutarea plăcerii și fuga de durere fiind, după Sf. Maxim Mărturisitorul, grija permanentă a omului împătimit. Pe bogatul din Evanghelie, căruia îi rodise țarina și se grijea cum să-și asigure roadele pentru mulți ani, Mântuitorul îl numește "nebun" (Luca 12, 20). **"Luați aminte",** ne îndeamnă Domnul, **"să nu se îngreuieze inimile voastre cu... grijile lumii"** (Lc. 21, 34).

Răspândindu-ne în cele din afară, grija de multe este potrivnică vieții duhovnicești și ne îndepărtează de Dumnezeu. Dumnezeu este Unime desăvârșită și omul nu se poate întâlni cu El decât dacă își reface unitatea sa sufletească, prin întoarcerea în sine, adică prin pocăință și prin intrarea în cămara cea mai dinlăuntru, adică prin rugăciune; căci **"Împărăția Cerurilor este înlăuntrul nostru"** (Lc. 17, 21). Dimpotrivă, răspândirea în grija de multe ne întâlnește cu diavolul, care este fărâmițare, mulțime, "leghion".

Părinții duhovnicești necontenit ne îndeamnă să ne agonisim *"fărădegrija* despre toate", singura grijă îndreptățită să ne stăpânească fiind grija de răspunsul la înfricoșata Judecată, grija de mântuire.

Dacă trândăvia face nelucrător harul din om, grija de multe face pe om netrebnic acestei lucrări, punându-1 pe calea potrivnică mântuirii.

Duhul iubirii de stăpânire este altceva decât stăpânirea cea rânduită de Dumnezeu, față de care tot omul trebuie să se supună (Rom. 13, 1). Este un duh al răutății, o înțelegere strâmbă a purtării omului față de aproapele, un abuz asupra lui, folosindu-1 ca unealtă și mijloc de profit personal. Mântuitorul Hristos arată că acest duh este al păgânilor și cu totul străin de duhul Evangheliei, învățând astfel pe ucenicii săi: **"Cine dintre voi vrea să fie mare,** si **fie slujitorul vostru; si cine vrea si fie întâi, si vă fie slugă. Precum si Fiul Omului n-a venit să i se slujească, ci El să slujească și să-și dea sufletul răscumpărare pentru mulți"** (Matei 20, 25). Ceea ce a și arătat cu fapta, spălând picioarele ucenicilor și dându-și viață pentru mântuirea noastră. De unde înțelegem că adevărata stăpânire nu este profitoare, ci slujitoare; slujire a aproapelui cu dragoste, până la dăruirea vieții pentru mântuirea lui. Omul are o mare valoare, este chipul lui Dumnezeu și valorează cât însuși chipul pe care-1 poartă; este răscumpărat cu scump sângele lui Hristos și valorează cât prețul acestui sânge. De aceea, slujirea omului este o mare cinste, pentru că este slujire a lui Dumnezeu însuși. **"Ceea ce ați făcut unuia dintr-acești frați ai mei prea mici, Mie Mi-ați făcut",** va zice Domnul la înfricoșata Judecată (Matei 25, 40). Slujirea aproapelui este poruncă evanghelică, faptă de mare cinste, desăvârșită calea de mântuire. Duhul de stăpânire, care înjosește pe om și-1 coboară în rândul lucrurilor, ne lipsește dintr-odată de toate aceste trei. El este strâns legat cu duhul grijirii de multe, în adevăr, când toată grija omului este îndreptată spre cele materiale, este firesc ca și omul să fie transformat în

unealtă sau bun material, care nu valorează mai mult decât profitul pe care-1 aduce.

Grăirea în desert, zice Sf. Ioan Scărarul, este scaunul slavei deșarte, semn al nepriceperii, urmare a îmbuibării și necurăției, pierderea umilinței și întunecarea rugăciunii (Treapta 11). Este o irosire a celui mai de cinste dar pe care 1-a dat Dumnezeu omului, darul cuvântului și prefacerea lui în prilej de păcătuire și pierzare. Cuvântul omenesc are o mare și tainică putere, aduce cu el ceva din ființa celui care îl rostește. Dacă Cuvântul lui Dumnezeu este Dumnezeu Însuși, și cuvântul omului este omul însuși. *"Dacă vrei să știi ce este în inima omului", zic* Părinții, "*ia aminte la cele ce spun buzele lui"*. Vorbăria și pălăvrăgeala arată un lăuntru stricat, care duce la stricarea altora; lipsește cuvântul de tainica lui putere, îl face cuvânt fără preț. De aceea, Mântuitorul ne spune că **"pentru tot cuvântul deșert pe care-l vor grăi oamenii vor da seama în ziua judecății"** (Mt. 12, 36). Sfinții Părinți, temându-se de marea răspundere a cuvântului, au iubit și lăudat tăcerea mai mult decât vorbirea. *"Pentru că am vorbit",* zice Cuv. Arsenie, *"adesea m-am căit; iar pentru că am tăcut, niciodată"*. Cuv. Agaton trei ani a purtat o piatră în gură pentru a deprinde tăcerea, iar Sf. Isaac Sirul zice că *"tăcerea este graiul veacului viitor"*. Chiar și vorbirea despre cele duhovnicești este păgubitoare, când este prea multă. Spune și înțelepciunea poporului: *"Vorba este de argint, iar tăcerea de aur"*.

Dacă luăm acum aminte la cele patru duhuri ale răutății, observăm două lucruri de mare însemnătate.

În primul rând vedem că ele se leagă unele de altele, formează un fel de povârniș, pe care alunecă omul stăpânit de ele. Din trândăvie și negrija de mântuire, omul dă în mincinoasa lucrare a răspândirii in grija de multe; din aceasta, dă în duhul de stăpânire, nesocotind pe aproapele și coborându-l în rândul lucrurilor; iar de aici ajunge și la nesocotirea sa proprie prin degradarea cuvântului, în grăirea în deșert.

Dar legătura dintre cele patru duhuri rele este și mai organică, precum vom vedea îndată.

Sfinții Părinți ne arată că o condiție de bază pentru sporirea duhovnicească este să ne păzim conștiința neprihănită din patru părți. Față de Dumnezeu, silindu-ne necontenit la împlinirea poruncilor Lui; față de aproapele, ferindu-ne de tot lucrul potrivnic dragostei de aproapele; față de sine, folosind bine darurile primite de la Dumnezeu; și față de lucruri, folosindu-le potrivit cu rostul pentru care au fost create, adică numai pentru trebuințe și cu înfrânare.

Or, dacă luăm bine seama, cele patru patimi ne vătăma conștiința din toate aceste patru părți. Trândăvia ne vătăma conștiința față de Dumnezeu, ca una care se împotrivește lucrării harului din noi; grija de multe vătăma conștiința față de lucruri, pe care le întrebuințăm spre pierzarea și nu spre mântuirea noastră; iubirea de stăpânire, care nesocotește pe om, vătăma conștiința față de aproapele, iar grăirea în deșert vătăma conștiința față de sine, prin irosirea marelui dar dumnezeiesc al cuvântului. Astfel cele patru patimi arată o stare de îmbolnăvire generală a sufletului, o strâmbare a purtării omului față de tot ceea ce-l înconjoară: față de Dumnezeu, față de aproapele, față de lucruri și față de sine. Omul nepăsător de mântuire, răspândit în grija de multe, asupritor de aproapele și slobod la limbă este chip al acestei îmbolnăviri sufletești, chipul omului de păcat. Deși mântuirea este un lucru personal al fiecăruia, totuși omul nu și-o lucrează de unul singur, ci în strânsă legătură cu Dumnezeu și restul făpturii: aproapele și lucrurile. Mântuirea sau pierzarea sa depinde de felul purtării sale față de ceilalți. Cele patru duhuri rele, strâmbând purtarea omului față de lumea din afară de el, îi taie orice putință de mântuire. Nu-i greu de înțeles, deci, pentru ce Sf. Efrem s-a oprit tocmai la aceste patru duhuri.

Dimpotrivă, care sunt trăsăturile sufletului sănătos vedem din partea a doua a rugăciunii Sf. Efrem, în care cerem de la Dumnezeu să ne dăruiască duhul curăției, al gândului smerit, al răbdării și al dragostei, asupra cărora ne oprim acum.

Duhul curăției nu trebuie luat ca simplă curăție trupească de păcatele desfrânării. Curăția este prima treaptă a nepătimirii, starea sufletului curățit de patimi, gata pentru lucrarea virtuților. "Cum să cântăm cântarea Domnului în pământ străin?" ziceau evreii in robia babilonică, pe care tâlcuind-o, Părinții ne învață că nu putem aduce nici un rod de faptă bună, câtă vreme ne aflăm în robia patimilor. De aceea și pune Sf. Efrem curăția în fruntea celorlalte virtuți, ca pe una ce stă la începutul vieții virtuoase.

Duhul gândului smerit este prima sămânță răsărită pe ogorul curăției. Este o așezare în starea firească a existenței noastre pământești în fața lui Dumnezeu. Pe de o parte, făpturi slabe și neputincioase, "ca iarba și ca floarea ierbii" (Psalm 102); "statul meu ca nimic înaintea Ta", zice David (Psalm 38); pe de altă parte, pe toate și însăși existența noastră, avându-le primite în dar de la Dumnezeu. "Ce ai să nu fi primit?" ne întreabă Apostolul (I Cor. 4, 7), pentru a încheia: "cu harul lui Dumnezeu sunt ceea ce sunt" (I Cor. 15, 10). De aceea, Sfinții Părinți ziceau că smerenia este a se socoti omul pe sine mai prejos decât toți oamenii și chiar decât dobitoacele, și a pune pe seama lui Dumnezeu toate faptele sale bune.

Duhul răbdării este a doua sămânță, care crește pe ogorul curăției. Căci dacă omul se smerește și-și recunoaște păcatele, își dă seama că este vrednic de nenumărate pedepse din partea lui Dumnezeu și nu numai de pedepse pământești, ci și de muncile veșnice, ca o slugă leneșă care nesocotește poruncile Domnului său. Și rabdă cu bucurie toate necazurile, suferințele și încercările, fiind încredințat de cuvântul Domnului că "în lume necazuri veți avea" (Ioan 16, 33) și "cu multe suferințe trebuie să intrăm în Împărăția lui Dumnezeu" (F. Ap. l, 22); numai "cine va răbda până la sfârșit, acela se va mântui" (Matei 24,13).

Sfinții Părinți, îndemnându-ne cu cuvântul apostolesc că "pătimirile de acum nu sunt vrednice de slava pe care a gătit-o Domnul celor ce-L iubesc pe Dânsul", ne îmbărbătează cu

făgăduința că *"puțină este osteneala și veșnică odihna"* (Cuv. Moise). Răbdarea curăță, preface și înnoiește sufletul, precum zice un părinte din **Pateric**: "*Ceara de nu se va înfierbânta în foc ca să se înmoaie, nu se va putea întipări pecetea ce se pune pe ea; tot așa și omul: de nu va fi muiat de fierbințeala focului necazurilor, ostenelilor, bolilor, suferințelor și ispitelor, nu se poate întipări într-însul pecetea Sfântului Duh"* (Pentru răbdare, 7).

Duhul dragostei este desăvârșirea și încununarea tuturor celorlalte. Cine s-a împodobit cu curăția, cu smerenia și cu răbdarea, acela este și iubitor de Dumnezeu și de aproapele; a ajuns la iubire, care este plinătatea a toată virtutea, care nu cade niciodată, care este izvor a tot binele. Căci în cine sălășluiește dragostea, însuși Dumnezeu petrece, Care este dragoste (I Ioan 4, 8). De aceea, Sf. Efrem o așază în urma celorlalte, precum și Sf. Ioan Scărarul, pe cea din urmă treaptă a scării Raiului, ca una care este mai mare decât toate virtuțile, cuprinde pe toate și va dura și în veacul ce va să vie.

Dacă cele patru patimi formau un povârniș de la trândăvie tot mai jos, apoi cele patru virtuți sunt trepte suitoare de la curăție până la Dumnezeu. Totodată, ele sunt potrivnice celor patru duhuri rele și ne arată cum ne putem tămădui sufletul îmbolnăvit de ele. Curăția curăță sufletul îmbolnăvit de grăirea în desert, smerenia însănătoșește legăturile cu aproapele, răbdarea ne scapă de împătimirea față de lucruri, iar dragostea vindecă nepăsarea de mântuire, prin recunoștință și iubirea față de Dumnezeu. Pentru că la cel curat, toate sunt curate, deci și limba; cel smerit socoate pe aproapele mai bun decât pe sine; cel răbdător nu-și pune nădejdea în lucruri, iar iubitorul de Dumnezeu se străduiește necontenit să împlinească poruncile Lui.

Astfel, omul stăpân pe limbă, smerit, răbdător și iubitor de Dumnezeu ne înfățișează icoana curățită de patimi a omului duhovnicesc.

Dacă privim rugăciunea Sf. Efrem cu lumina învățăturii duhovnicești a Sf. Maxim Mărturisitorul, vom găsi un temei psihologic, sufletesc și mai adânc al ei.

Păcatul îmbolnăvește pofta și iuțimea, cele două puteri sufletești ale omului, scoțându-le din ascultarea față de minte și punându-le în slujba simțurilor. Pofta, din dor aprins către Dumnezeu, devine poftă de trup, de lucruri și de slavă deșartă; iar iuțimea din tonic întăritor al poftei, devine mânie, furie împotriva aproapelui.

Cele patru patimi din rugăciunea Sf. Efrem arată tocmai această îmbolnăvire a poftei și iuțimii și căderea lor în slujba simțurilor. Grija de multe este semnul împătimirii de lucruri, iubirea de stăpânire arată boala mândriei, grăirea în desert este semnul necurăției; iar trândăvia, nepăsarea, este propteaua care le sprijină pe celelalte, însănătoșirea stă în procesul invers: *scoaterea mâniei și poftei din simțire și punerea lor in slujba minții*. Curăția vindecă pofta de trup, smerenia scapă de mândrie, răbdarea izgonește iubirea de avuție; iar dragostea întoarce iuțimea la starea ei firească.

Încă o dată înțelegem cât de adâncă și de temeinică este învățătura duhovnicească a Sf. Efrem, arătată prin alegerea celor două șiruri de duhuri din rugăciunea sa. Ele ne pun în față două icoane: aceea a omului stricat de patimi și aceea a omului înnoit prin virtute; starea păcătoasă în care ne aflăm noi și de care ne rugăm lui Dumnezeu să ne scape, și starea duhovnicească spre care tindem, rugând pe Dumnezeu să ne-o dăruiască.

Partea a treia a rugăciunii Sf. Efrem: *"Așa, Doamne, dăruiește-mi să-mi văd greșalele mele și să nu osândesc pe fratele meu..."*, este o recapitulare într-o formă mai concisă a celor cerute în partea a doua.

Într-adevăr, vederea păcatelor proprii este un semn al smereniei; că cel smerit nu se grijește de păcatele sale și cine se grijește de mântuire are destul de lucru pe ogorul sufletului său. *"E o nebunie", zic* Părinții, "*să-și lase cineva mortul său și să meargă să-l plângă pe-al altuia*". Tot așa, neosândirea aproapelui este un semn al dragostei, care "îndelung rabdă și este binevoitoare,... nu se poartă cu necuviință și nu gândește răul" (I Cor. 13). Pentru că niciodată nu putem cunoaște adevăratele pricini ale greșalelor altuia: slăbiciunea trupească, războiul diavolului, îngăduința lui Dumnezeu, și nici nu știm pocăința celui ce greșește. Sfinții Părinți ne îndeamnă să ne ferim de osândirea altuia și să lăsăm toată judecata în seama lui Dumnezeu, Care cunoaște cele ascunse.

Cele două mari virtuți se întregesc și se împlinesc reciproc, de aceea Sf. Ioan Scărarul le numește o sfințită doime. *"Sfințită doime"*, zice el, "*este dragostea și smerenia; cea dintâi înalță, iar cea de pe urmă pe cei înălțați îi sprijinește și nu-i lasă să cadă"* (Treapta 25, 37). Spre a arăta că această "sfințită doime" este nedespărțită, Părinții duhovnicești le-au numit într-o singură denumire: *"smerenia dragostei"*, care este o laudă și o podoabă a vieții duhovnicești, ca una care este plinătatea vieții desăvârșite. Căci prin dragoste și smerenie omul a ajuns la asemănarea cu Însuși Hristos, Care ne-a iubit cu o dragoste fără măsură și S-a smerit pentru noi până la moarte.

După rostirea rugăciunii cu cele trei metanii, câte una după fiecare parte, se fac 12 închinăciuni până la pământ, la fiecare închinăciune zicându-se în taină unul din următoarele patru stihuri, care se repetă de trei ori:

1. Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul.
2. Dumnezeule, curățește-mă pe mine, păcătosul.
3. Cel Ce m-ai zidit, Dumnezeule, mântuiește-mă.
4. Fără de număr am greșit, Doamne, iartă-mă.

Primul stih nu este altceva decât rugăciunea vameșului, care "stând departe ... își bătea pieptul zicând: Dumnezeule, milostiv fii mie, păcătosul!" (Luca 18, 13). Este o rugăciune plină de căință, care a înălțat pe vameșul cel smerit mai mult decât pe fariseul cel mândru. L-a înălțat pentru că și-a recunoscut păcatele smerindu-se și neîndrăznind să ceară de la Dumnezeu decât milă;

iar cel ce se smerește, după cuvântul Domnului, se va înălța (Luca 18, 14).

În stihul al doilea recunoaștem rugăciunea leprosului, care "văzând pe Iisus a căzut cu fața la pământ și s-a rugat zicând: Doamne, dacă vrei, poți să mă curățești" (Luca 5, 12). Păcatul nu este numai o călcare de poruncă, ci și o necurăție - diavolul, începătorul și unealta păcatului este numit "necuratul" - o lepră, care cuprinde în întregime pe om. La cine să alerge, dacă nu la Doctorul și tămăduitorul a toată neputința: "Doamne, numai Tu poți să mă curățești, dacă voiești, pe mine, păcătosul!" Iar Domnul răspunde: "Da, voiesc, curățeste-te" (Luca 5,13).

Stihul al treilea ne aduce aminte de rugăciune psalmistului: "Mâinile Tale m-au făcut și m-au zidit ... al Tău sunt eu, mântuiește-mă" (Psalm 118). E adevărat, recunosc că sunt păcătos, căzut, cuprins de lepra păcatului, însă nu întind mâinile la Dumnezeu străin, nu uit că sunt făptura lui Dumnezeu și alerg la Cel Ce m-a zidit și Cel Ce mântuiește: "Tu ești Dumnezeul nostru si noi suntem poporul Tău; afară de Tine pe altul nu știm"; "al Tău sunt eu, mântuiește-mă! Cel ce m-ai zidit, Dumnezeule, mântuiește-mă"

Stihul cel din urmă merge mai departe: nu numai am păcătuit, dar greșalele mele sunt fără de număr. "Nimeni din cei vii nu-i drept înaintea Ta" (Psalm 142), zice Psalmistul și chiar de ar trăi omul numai un ceas, zic Părinții, și tot greșește. Întreaga noastră viață este un neîntrerupt șir de păcate, de nesocotire a dumnezeieștilor porunci, de aceea Mântuitorul, între cele absolut necesare, ne-a învățat și cererea de iertare: "si ne iartă nouă greșalele noastre". Să cerem iertarea păcatelor așa cum cerem pâinea cea de toate zilele, căci avem nevoie de ea, cum avem nevoie de pâine. De aceea și Părinții pustiei ne învață ca la tot cuvântul să zicem: *"Iartă!"* Să cerem iertare, dar cu iertarea aproapelui și cu căința fiului risipitor.

"Am greșit, Doamne, la cer și înaintea Ta; fără de număr am greșit, dar îmi pare rău că Te-am mâhnit, mă căiesc și mă rog de iertare: Fără de număr am greșit, Doamne, iartă-mă!"

Observăm că cele patru stihuri sunt străbătute de două simțăminte: pe de o parte apăsarea conștiinței pentru păcatele săvârșite: sunt păcătos, întinat, am greșit fără de număr, pe de alta, încrederea în milostivirea și iubirea de oameni a lui Dumnezeu; miluiește-mă, curățește-mă, iartă-mă! Sunt cele două stări sufletești: teama și nădejdea, despre care spun Sfinții Părinți că necontenit trebuie să însoțească pe om pe calea mântuirii, fără să se lase prins de teamă sau lipsit de nădejde, ci îmbinând mereu teama cu nădejdea (Cuv. Petru Damaschinul). Aceste simțiri au înălțat pe vameșul, au adus pe fiul risipitor la casa părintească, au deschis tâlharului ușile Raiului.

Stihurile se repetă de trei ori. De trei ori pentru că le adresăm lui Dumnezeu în Treime: Tatălui, Care ne-a zidit, Fiului, Care ne-a adus iertarea prin moartea Sa și Duhului, Care ne curățește de toată întinăciunea. De trei ori, în semn de stăruință-ți de angajare hotărâtă, cu toate cele trei puteri sufletești: minte, poftă și iuțime, pe calea pocăinței.

Ele se rostesc în tăcere, fiecare le zice pentru sine, fiindcă și căința și îndreptarea sunt lucruri personale, individuale, care se lucrează tainic în inima fiecăruia. După cele 12 închinăciuni, preotul, ca o pecetluire rostește încă o dată rugăciunea, fără întrerupere și încheie cu o metanie.

Aruncând acum o privire asupra întregii rânduieli de rugăciune a Sf. Efrem, ce observăm? Mai întâi ne uităm la chipul omului stricat de cele patru patimi și ne rugăm lui Dumnezeu să ne izbăvească de el; privim apoi icoana omului înnoit prin cele patru virtuți și cerem să ni le dăruiască și nouă și să sporim pe această cale. După aceea, stăruim în rugăciune tăcută, smerindu-ne pentru neputințele și păcatele noastre și cu mare nădejde în puterea și ajutorul lui Dumnezeu. Și toate aceste simțăminte le însoțim de metanii și

de închinăciuni. Ce înseamnează oare toată această rânduială de rugăciune?

Metania trupească, plecarea cu capul până la pământ este sem nul văzut al pocăinței: prin plecare mărturisim căderea noastră în păcate, starea în care ne aflăm; iar prin ridicare arătăm năzuința noastră spre izbăvire de păcat, spre înnoire. Dar cuvântul *"metanie"*, în înțelesul său de origine *(metanoia)* tocmai aceasta înseamnează: prefacere, schimbare, înnoire a minții; lucrare de prefacere a omului păcătos, în omul cel nou, înduhovnicit, care se săvârșește prin pocăință.

Iată ce lucru minunat se cuprinde în această practică a rugăciunii Sf. Efrem însoțită de metanii: ceea ce spunem cu gura în rugăciune, o arătăm totodată și cu trupul. Ne recunoaștem păcătoșenia în care ne aflăm și cădem cu smerenie la pământ, dar ne ridicăm îndată, arătând dorința noastră hotărâtă de grabnică îndreptare,

E aici mai mult decât rugăciune, este însăși lucrarea pocăinței, care preface și înnoiește pe om. E o prefacere reală, care ne duce cu mintea la prefacerea euharistică de pe Sf. Prestol, euharistia de pocăință a omului. Căci așa precum la Sf. Liturghie, prin chemarea de către preot a Sfântului Duh, pâinea și vinul aduse înainte se preschimbă în Trupul și Sângele Domnului, tot așa și aici, prin rugăciunea preotului, care cere darurile Sfântului Duh - cele patru duhuri din rugăciune - omul păcătos se preschimbă în om duhovnicesc, rugăciunea Sf. Efrem fiind epicleza acestei liturghii de pocăință. Și precum epicleza euharistică este rugăciunea pe care Dumnezeu o împlinește imediat, prefăcând darurile aduse, tot așa și epicleza pocăinței - implorarea lui Dumnezeu cu smerenie, căință și credință - este ascultată și primită imediat. Ne-o adeverește Sf. Evanghelie. Vameșul a suspinat: "Milostiv fii mie, păcătosul!" și degrab s-a îndreptat; tâlharul pe cruce a strigat: "Pomenește-mă, Doamne!" și îndată a auzit: "Astăzi vei fi cu Mine în Rai!".

Iată dar că nevoințele Sfântului și Marelui Post sunt liturghia de pocăință, la care aducem jertfă însăși ființa noastră, pe care Dumnezeu primind-o, o tămăduiește, o înduhovnicește. Dar pentru că înnoirea omului, prefacerea lui, nu se poate săvârși dintr-o dată, ci treptat, puțin câte puțin, și liturghia de pocăință se repetă de multe ori pe zi, fiecare din ele, însă, este un pas spre plinătate, o treaptă de desăvârșire.

Dacă Liturghia euharistică este liturghia dragostei de oameni a lui Dumnezeu, Liturghia pocăinței este răspunsul omului la această dragoste, prin dăruirea sa totală în mâinile lui Dumnezeu, cu încredere deplină și smerenie. Nu este aici o simplă asemănare. Existența și realitatea Liturghiei de pocăință o mărturisește însăși tradiția liturgică a Bisericii. Se știe că după rânduială Bisericii Ortodoxe, pe același altar nu se pot săvârși două Liturghii într-o zi. Or, noi vedem că în toate zilele Sfântului Post, când se săvârșește Liturghia pocăinței, Liturghia euharistică nu se săvârșește, Liturghia Darurilor înainte sfințite nefiind liturghie deplină, ci rânduială pentru primirea Sfintelor Taine.

Încheierea rugăciunii Sf. Efrem cu cererea celei mai înalte desăvârșiri duhovnicești, smerenia dragostei, ne mai spune ceva: Că omul, dacă s-a curățit de păcat și s-a înnoit prin pocăință, nu stă pe loc, ci sporește din putere în putere, până la măsura bărbatului desăvârșit, în Iisus Hristos. Pocăința ne deschide calea cea nesfârșită a îndumnezeirii.